

BIENESTAR Sanidad quiere transmitir que hacer ejercicio y llevar una alimentación saludable son la mejor vacuna contra enfermedades

El Plan Regional de Salud apuesta por la prevención y los hábitos saludables

MURCIA

LV. La Consejería de Sanidad y Consumo ha puesto en marcha el Plan Regional de Salud 2010-2015, con la colaboración de los profesionales del Servicio Murciano de Salud para apostar por la prevención y concienciar a la sociedad sobre la necesidad de adoptar hábitos de vida saludables. Éste es el cuarto Plan de Salud de la Región de Murcia y en él se aúnan las principales políticas de Salud del Ejecutivo autónomo, fijando objetivos desde una óptica positiva del concepto salud hasta el año 2015. El objetivo es transmitir a la sociedad que hacer deporte y alimentarse de forma equilibrada es la mejor vacuna para evitar enfermedades.

El Plan de Salud evalúa la salud de la población y propone unas líneas de actuación prioritarias para los próximos años, agrupadas en tres ejes: salud y sociedad, salud y sistema sanitario, implicación del paciente y dolencias.

La protección de la salud y la prevención son pilares esenciales del Plan de Salud y pretende incidir sobre enfermedades relevantes como el cáncer, las enfermedades cardiovasculares, la diabetes o la salud mental, entre otras.

Asimismo, incide en el fomento de la calidad asistencial, de la formación, la investigación y del uso racional del medicamento.

Para motivar a la sociedad se han diseñado diversos programas y actividades que se ponen en marcha en diversos puntos de la Comunidad Autónoma con la ayuda de profesionales del Servicio Murciano de Salud.

DECRETO DE LAS 'CHUCHES'

El Consejo de Gobierno de la Región de Murcia aprobó el pasado 14 de mayo el decreto 97/2010, por el que se establecen las características nutricionales de los menús y el fomento de hábitos alimentarios saludables en los centros docentes no universitarios.

Este documento, conocido como el 'Plan de las Chuches', es producto del consenso entre agentes sociales y profesionales, entre los que se encuentra el Consejo de Salud

de la Región de Murcia, el Consejo Asesor Regional de Consumo y la Comisión Regional para la Seguridad Alimentaria.

El decreto de las 'chuches' es una norma que intenta fomentar comportamientos dietéticos saludables entre los escolares de la Región para combatir la obesidad infantil, por lo que suprime de las aulas productos hipercalóricos y establece la necesidad de supervisar los menús que se sirven en los comedores escolares.

ESTILOS DE VIDA SANOS

La Consejería de Sanidad y Consumo impulsa distintas iniciativas enmarcadas en el Plan de Salud para incentivar a la sociedad y promover estilos de vida sanos entre la población. Entre ellos, destaca el Programa Activa, destinado a promover la actividad física con la colaboración de los profesionales de Atención Primaria y los ayuntamientos de la Región.

El Programa Activa, concebido como un recurso de Educación Sanitaria, prescribe actividad física desde los centros de salud a pacientes con problemas de salud. Los ejercicios se realizan en presencia de un monitor especializa-

do que orienta a los participantes sobre la modalidad de actividad más adecuada a las necesidades de los pacientes.

Las actividades ya se realizan en los municipios de La Alberca y Molina de Segura, y se ampliará en la fase inicial del programa a las Áreas de Salud I, II, VI y VII para llevarlo de forma progresiva a todas las localidades interesadas en participar en este proyecto.

El ejercicio físico también es la clave del Programa Integral de Atención a la Cardiopatía Isquémica para dejar de fumar desde los centros de salud y que pretende alcanzar un descenso del 15% en el número de personas que fallecen por infarto de miocardio.

Además, se realizan otras muchas actividades para favorecer el diagnóstico temprano de enfermedades relevantes como son el cáncer. En este sentido, la Consejería desarrolla en toda la Región el Programa de Prevención de Cáncer de Mama y el Programa de Prevención de Cáncer de Colon, que ya se extendió al Área II de Cartagena.

Estos dos programas ya están integrados dentro del Plan Oncológico que engloba todas las acti-

Campaña uso racional del medicamento

La Consejería de Sanidad y Consumo ha conseguido disminuir un 20% el uso innecesario de antibióticos y con la intención de continuar progresando en esa línea desarrolla el Proyecto Happy Audit para modificar la prescripción de antibióticos adaptada a las guías clínicas. Es un proyecto, pilotado con más de 220 profesionales, que incide sobre la necesidad de usar de modo correcto los antibióticos y que ya ha dado sus primeros frutos con una sensible reducción de la prescripción de estos medicamentos. Otra medida en este ámbito es el Plan de Acción para la Mejora del Uso de los Medicamentos 2009-2011, con programas de trascendencia sanitaria, como el de prescripción por principio activo o el de atención a pacientes polimedados.

vidades en materia de prevención y tratamiento del cáncer, con el compromiso de establecer tiempos máximos de atención para el diagnóstico y tratamiento de los pacientes de cáncer.

La Consejería de Sanidad, además de seguir facilitando la 'prueba rápida' del sida ha puesto en marcha el Sistema de Información de Nuevas Infecciones por VIH (SINIVIH), un registro que controla el número de personas con VIH que todavía no han desarrollado el sida. El objetivo es conocer con más exactitud la incidencia y los aspectos epidemiológicos de los nuevos diagnósticos de infección por VIH.

Dos nuevos hospitales inaugurados en el último mes

La apuesta de la Consejería de Sanidad y Consumo por mejorar la atención sanitaria a todos los murcianos se ha puesto de manifiesto de forma clara en el último mes.

Y es que la Región ya cuenta con dos nuevos hospitales: el Hospital de Santa Lucía de Cartagena y el Hospital de Los Arcos en San Javier.

Estos dos nuevos centros hospitalarios se convertirán en un referente para los miles de pacientes que ya están adscritos a ellos.

El Hospital de Santa Lucía de Cartagena atiende a una población de 279.000 habitantes de la comarca de Cartagena, La Unión, Mazarrón y Fuente Álamo.

En el caso del Hospital de Los Arcos, una infraestructura muy demandada en la zona, atenderá a una población de casi 100.000 habitantes que viven en esta zona.



La princesa Letizia, junto al presidente de la Comunidad, Ramón Luis Valcárcel, durante la inauguración del hospital de Santa Lucía. Fran Manzanera